

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 51»  
(МБОУ «СОШ № 51»)

Принято на заседании  
педагогического совета  
МБОУ «СОШ № 51»  
Протокол № 14  
«30» августа 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Танцевальная ритмика»**

Срок реализации программы -2 года

Возраст учащихся – 6-9 лет

Составитель:  
**Габисония Марина Сергеевна**  
педагог дополнительного образования

ИЖЕВСК 2023

# **I. Основные характеристики дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

## **Актуальность программы**

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография. Искусство танца – это средство формирования и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Ритмика является начальной ступенью в обучении ребенка хореографии. И особенно важно то, что ею могут заниматься все дети с разным уровнем способностей, без специального отбора. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным. Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. У детей развивается эстетический вкус, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: каждое занятие нужно правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти.

К тому же не секрет, что в современном обществе накапливается дефицит движения. Недостаточная двигательная активность детей приводит к нежелательным последствиям. Большое количество школьников имеют лишний вес, не уменьшается процент детей с отставанием в физическом развитии. Увеличивается количество школьников, которые часто подвержены простудным заболеваниям, немало и тех, кто по состоянию здоровья включён в специальную медицинскую группу. У многих учащихся присутствует робость, угловатость, неумение красиво держаться. С помощью занятий природная, естественная потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на воспитанников организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Танец является средством физического, морального, нравственного и эстетического развития обучающихся. Танцевальные упражнения позволяют

формировать правильную осанку, посадку головы, походку. Занятия помогают развивать силу, ловкость, скоростно – силовые качества, чувства темпа и ритма, улучшают координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.). Они способствуют достижению высокого художественного уровня в исполнении танца, развивают музыкальный слух. Процесс обучения танцу требует значительно времени и внимания, поэтому необходима преемственность в обучении. Ритмика как раз и является начальной ступенью в этом процессе.

Таким образом, содержание программы «Танцевальная ритмика» создаёт условия для самореализации личности ребенка, раскрытия её творческого потенциала.

### **Отличительные особенности программы**

Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой материал, которые используются на всех занятиях.

Содержание материала постепенно усложняется. На второй год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Программа направлена на обучение детей умению танцевать красиво, двигаться в свободной непринуждённой манере и владеть ритмопластикой танца, а также решение оздоровительных задач.

<b><i>Структурные элементы программы</i></b>	<b><i>Основные характеристики дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:</i></b>
<b>Направленность (профиль) программы</b>	Художественная
<b>Уровень программы</b>	<b>Ознакомительный</b>
<b>Адресат программы</b>	учащиеся 6-9 лет. К обучению по программе принимаются все желающие, без специального профессионального отбора.
<b>Объем и срок освоения программы</b>	Программа рассчитана на 2 года. Общая продолжительность образовательного процесса составляет 144 часа: 1-ый год обучения – 72 часа (36 недель × 2 часа в неделю);

	2-ый год обучения – 72 часа (36 недель × 2 часа в неделю).
<b>Режим занятий</b>	Занятия проводятся <b>2 раза по 1 занятию</b> в неделю. Продолжительность 1 занятия составляет 55 минут с обязательным 10-минутным перерывом для снятия напряжения и отдыха. Продолжительность и количество занятий соответствует нормативам, определенным СанПин 2.4.3648.20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
<b>Формы организации образовательного процесса</b>	<b>Групповые</b> занятия. Во время приема и формирования групп проводится первичная диагностика способностей ребенка (знаний, умений, навыков). Количество обучающихся в группах 10-15 человек. Обучение проводится в <b>очной форме</b> .
<b>Виды занятий по программе</b>	<b>Аудиторные занятия:</b> традиционное занятие, практическое занятие, репетиция, конкурс, игра, праздник, сказка, приключение, сюрприз, мастер-классы и т.д. <b>Внеаудиторные занятия:</b> экскурсия.
<b>Цель программы:</b>	Приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.
<b>Задачи программы:</b>	<b>Обучающая:</b> формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма. <b>Развивающая:</b> способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала. <b>Воспитательная:</b> способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.
<b>Планируемые результаты освоения программы</b>	
<b>Предметные результаты освоения программы</b>	<b>К концу 1-го года обучения дети будут знать:</b> -названия основных танцевальных движений и элементов; -терминологию партерного экзерсиса; -правила гигиены тела, тренировочной одежды; <b>уметь:</b> -двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки; -реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать

	<p>ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;</li> <li>-выполнять элементы партерной гимнастики;</li> </ul> <p><b><i>К концу 2-го года обучения дети будут знать:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-основные понятия и термины начальной хореографии;</li> <li>-основные понятия и термины партерной гимнастики;</li> <li>-начало и конец музыкального вступления;</li> <li>-названия танцевальных элементов и движений;</li> <li>-правила исполнения движений в паре;</li> <li>-откликаться на динамические оттенки в музыке;</li> <li>-выполнять простейшие ритмические рисунки;</li> <li>-красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;</li> <li>-давать характеристику музыкальному произведению.</li> </ul> <p><b><i>уметь:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-правильно исполнять основные элементы упражнений;</li> <li>-выразительно двигаться под музыку;</li> <li>-реагировать на музыкальное вступление;</li> <li>-слышать ритмический рисунок мелодии;</li> <li>-правильно исполнять ритмические комбинации;</li> <li>-ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;</li> <li>-исполнять движения в парах, в группах;</li> <li>-держаться правильно на сценической площадке.</li> <li>-ориентировка в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;</li> <li>-исполнение движения в парах, в группах.</li> </ul>
<p><b>Метапредметные результаты освоения программы</b></p>	<p><b>Познавательные:</b></p> <p><b><i>Учащиеся должны уметь:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;</li> <li>- организованно строиться (быстро, точно);</li> <li>- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;</li> <li>- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку,</li> <li>- правильно выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;</li> </ul> <p><b>Регулятивные:</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Учащиеся должны уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок.</li> <li>- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</li> <li>- самовыражать себя в движении, танце.</li> </ul> <p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-укрепление и развитие мышечного аппарата;</li> <li>-формирование чувства ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку, выразительности движений;</li> <li>-развитие музыкально-ритмических навыков;</li> <li>-развитие координации движений, пластичности;</li> <li>-умение ориентироваться в пространстве (в хореографическом зале);</li> <li>-развитие выворотности ног.</li> </ul> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;</li> <li>- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.</li> <li>- умение координировать свои усилия с усилиями других.</li> </ul>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный план 1 года обучения

№	Раздел	Всего часов	Из них		Форма контроля
			Теория	Практика	

1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Первичная диагностика – собеседование, педагогическое наблюдение.
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	25	5	20	Педагогическое наблюдение, просмотры и контрольные упражнения
3.	Партерная гимнастика.	25	5	20	Педагогическое наблюдение. Просмотры и контрольные упражнения. Контроль техники исполнения движений. Промежуточная аттестация
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	20	5	15	Педагогическое наблюдение Взаимооценка, оценка педагогом,
5.	Итоговое занятие	1	0,5	0,5	Промежуточная аттестация
Итого		72	16	56	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

**1. Вводное занятие.** *Теория:* Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

*Практика:* Первичная диагностика. Беседа.

**2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.** *Теория:* Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт.

*Практика:*

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;

-упражнения для плеч;

-упражнения для головы;

-упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

-ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;

-бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;

-притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;

-топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;

-хлопки;

-упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

-упражнения и игры по ориентации в пространстве;

-построение в круг;

-построение в линию;

-построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

**3. Партерная гимнастика (упражнения на полу).** *Теория:* Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

*Практика:* Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

-упражнения для развития гибкости;

-упражнения для стоп;

-упражнения для развития растяжки;

-упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

(Комплекс упражнений в Приложении 1.)

**Тема 4. Танцевальные этюды, игры, танцы.** *Теория:* Методика исполнения основных движений.

*Практика:*

-составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;

-сочинение с детьми танцевальных этюдов;

-ознакомление детей с играми;

-применение игр на занятиях.

**5. Итоговое занятие.** *Теория:* Вопросы и задания по разделам программы.

*Практика:* Опрос по пройденному материалу. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.



## Учебный план 2 года обучения

№	Раздел	Всего часов	Из них		Форма контроля
			Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Первичная диагностика – собеседование, педагогическое наблюдение.
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	25	4	21	Педагогическое наблюдение, Просмотры и контрольные упражнения
3.	Партерная гимнастика.	25	4	21	Педагогическое наблюдение, Просмотры и контрольные упражнения. Контроль техники исполнения движений. Промежуточная аттестация
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	20	4	16	Педагогическое наблюдение Взаимооценка, оценка педагогом.
5.	Итоговое занятие	1	0,5	0,5	Итоговая аттестация
	Итого	72	13	59	

### СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

**1. Вводное занятие.** *Теория:* Цели и задачи 2-го года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

*Практика:* Первичная диагностика. Беседа.

**2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.**

*Теория:* Правила выполнения упражнений. Последовательность.

*Практика:* закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

-упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;

-упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;

-упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;

-упражнения с предметами;

-упражнения на развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.

Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

-равномерный бег с захлестом голени;

-легкие, равномерные, высокие прыжки;

-перескоки с ноги на ногу;

-простой танцевальный шаг, приставной шаг

-шаги на полупальцах и пятках;

-притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками.

Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве. Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

### **3. Партерная гимнастика (упражнения на полу).**

*Теория:* Правила выполнения упражнений. Последовательность. Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

*Практика:*

знакомство с новыми элементами партерной гимнастики:

-образные движения;

-танцевальные этюды на полу.

Выполнение изученных упражнений партерной гимнастики на растяжку и гибкость.

### **4. Танцевальные этюды, игры, танцы.**

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание музыкальных загадок.

Описание игр в Приложении 1.

### **5. Итоговое занятие.**

*Теория:* Вопросы и задания по разделам программы.

*Практика:* Подведение итогов за год. Итоговая аттестация

## **II. Организационно-педагогические условия реализации программы**

Программа первого года обучения направлена на обучение детей определенным практическим навыкам в области танцевального искусства и развитие эстетического вкуса.

Программа второго года обучения направлена на обучение детей новым танцевальным движениям, ориентировке в пространстве и развитие умения самостоятельно разводить танцевальный рисунок.

На занятиях используются различные виды деятельности: ритмика и элементы музыкальной грамоты, танцевальная азбука и элементы художественной гимнастики, танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика.

Педагог общается с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству.

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание. В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

## Календарный учебный график

Сроки по годам	I полугодие																	II полугодие																	Всего учебных недель		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34		35	36
1 год	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	п	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	п	36
2 год	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	п	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	А	36

Условные обозначения:

- учебные занятия по расписанию - у

- промежуточная аттестация - п

- итоговая аттестация - А

## **Формы контроля и оценочные материалы**

С момента поступления ребенка в объединение проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования хореографических способностей, определения задач индивидуального развития:

- первичная диагностика;
- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация.

Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-бальной системе:

Минимальный уровень: 0 – 4 балла.

Средний уровень: 5 – 8 баллов.

Максимальный уровень: 9 – 10 баллов.

*Вводный контроль (первичная диагностика)* проводится в начале учебного года для определения уровня подготовки обучающихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.

*Текущий контроль* уровня теоретических знаний, практических навыков и умений осуществляется на каждом занятии: беседа, опрос, наблюдение педагога за практической деятельностью, просмотры и контрольные упражнения, взаимооценка, оценка педагогом, выполненной учащимся работы.

Уровень умений и навыков воспитанников проверяется по результатам практической деятельности в соответствии со степенью их усвоения.

Важным видом текущего контроля является контроль техники исполнения движений, который производит педагог совместно с воспитанником в процессе занятий.

*Промежуточный контроль (промежуточная аттестация)* проводится один раз в год (декабрь первого и второго года обучения и май первого года обучения) в форме открытого занятия.

*Итоговый контроль* уровня теоретических знаний, практических навыков и умений воспитанников осуществляется в конце каждой темы.

*Итоговая аттестация* проходит в виде итогового занятия ( май второго года обучения) с использованием устного опроса с целью выяснения усвоенных теоретических понятий и выполнением разученных комплексов гимнастических упражнений. Формы итоговой аттестации – открытое занятие, участие в концертной программе.

### **Формы выявления полученных знаний:**

собеседование, практические задания, творческие задания, открытые занятия, концерты, участие в конкурсах и фестивалях различного уровня, мероприятиях, посвященных знаменательным и памятным датам.

## **Педагогический мониторинг по ДООП «Танцевальная ритмика»**

С целью определения уровня усвоения программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточная и итоговая аттестации. Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-ти бальной системе и фиксируются в сводных таблицах. Итоговая аттестация первого года обучения является первичной диагностикой второго года обучения.

### **1 год обучения**

#### **Первичная диагностика**

**Цель:** определение общего уровня развития ребенка и его склонности к танцу.

**Задачи:**

- определение общего уровня развития ребенка;
- выявление природных способностей к танцу;

**Срок проведения:** при поступлении в творческое объединение (сентябрь).

**Форма проведения:** собеседование, выполнение практического задания.

#### **Содержание**

**Теоретическая часть. Вопросы:**

- Нравится ли тебе танцевать?
- Кто посоветовал начать заниматься танцами?
- Имеется ли начальная хореографическая подготовка или подготовка другого вида (например, спортивная)?

**Практическая часть:** ребенку предлагают выполнить следующие задания:

- исполнение упражнений на ритмичность;
- исполнение упражнений на координацию;
- исполнение упражнений на ориентировку в пространстве.

#### **Критерии оценки**

**Минимальный уровень** (1 — 4 балла) — проявляет слабый интерес к музыкально-ритмической деятельности, у ребенка не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень способностей к хореографии, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности, движения угловатые.

**Средний уровень** (5 — 8 баллов) — проявляет достаточный интерес к музыкально-ритмической деятельности, у ребенка развит музыкальный и ритмический слух, умеет концентрировать внимание, но координация движений развита недостаточно.

**Максимальный уровень** (9 — 10 баллов) — ребенок проявляет активный интерес к музыкально-ритмическим движениям, показывает высокий уровень

способностей к народно-сценическому танцу, развит музыкальный и ритмический слух.

### **Промежуточная аттестация 1.**

**Цель:** выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

**Задачи:**

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

**Срок проведения:** декабрь первого года обучения.

**Форма проведения:** контрольный урок.

#### **Содержание**

##### **Теоретическая часть:**

- правила поведения в хореографическом зале;
- понятие «музыкальное вступление»;
- позиции рук классического танца (1, 2, 3 позиции) и ног (1, 2, 3, 6 позиции);
- марш по кругу, в рисунке;
- упражнения на середине по диагонали, по прямой.

##### **Практическая часть:**

- упражнения на ориентировку в хореографическом зале, движение в заданном рисунке (построение в колонну по одному, по два, расход парами в движении, построение в круг, движение по кругу, по диагонали);
- элементы партерной гимнастики;
- упражнения с использованием элементов логоритмики;
- упражнения для укрепления мышц спины;
- ролевые игры с использованием элементов хореографии и логоритмики.

#### **Критерии оценки**

**Минимальный уровень** (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не развит музыкальный и ритмический слух, не знает основные позиции рук, ног, положение головы, не правильно исполняет упражнения. Не способен к самостоятельности. Быстрая утомляемость, неустойчивое внимание.

**Средний уровень** (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, слышит музыку и ритм, согласовывает движения с музыкой, но допускает неточности в исполнении движений. Эмоциональная отзывчивость, интерес, желание включиться в танцевальную деятельность. Средняя утомляемость и снижение двигательной активности.

**Максимальный уровень** (9 — 10 баллов) — творческая активность ребенка, его самостоятельность, инициатива; ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями, выполняет движения без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве. Устойчивость внимания, физическая выносливость, двигательная активность.

### **Промежуточная аттестация 2.**

**Цель:** выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

**Задачи:**

- определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами первого года обучения;
- выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- анализ полноты реализации программы первого года обучения.

**Срок проведения:** вторая половина мая.

**Форма проведения:** контрольный урок.

### **Содержание**

#### **Теоретическая часть:**

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса: demi и grand plie;
- правила исполнения пройденных движений: demi и grand plie;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- основные танцевальные позиции рук (1, 3 позиции) и ног (1, 6 позиции).

#### **Практическая часть**

- движение и исполнение различных упражнений в соответствии с контрастным характером музыки;
- ритмичная ходьба под музыку, легкий бег, хлопки ладошками, притопы ногами, вращение кистями рук, прыжки на двух ногах;
- движение по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнение элементов партерной гимнастики.

#### **Критерии оценки**

**Минимальный уровень** (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.

**Средний уровень** (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков,



предусмотренных программой, грамотное исполнение с небольшими недочетами, как в техническом плане, так и в художественном.

**Максимальный уровень (9 — 10 баллов)** — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.

## **2 год обучения**

### **Промежуточная аттестация**

**Цель:** выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

**Задачи:**

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

**Срок проведения:** декабрь.

**Форма проведения:** контрольный урок.

### **Содержание**

#### **Теоретическая часть:**

- позиции рук в классическом танце (1, 2, 3 позиции) и ног (1, 2, 3, 6 позиции);
- правила исполнения пройденных движений: demi и grand plie; releve по 1 позиции лицом к станку; por de bras лицом к станку из 1-й позиции;
- комплекс партерной гимнастики;
- характеристика музыкального произведения.

#### **Практическая часть:**

- исполнение основных элементов упражнений;
- выразительное движение под музыку;
- исполнение ритмических комбинации;
- исполнение движения в парах, в группах;
- ориентировка в хореографическом зале (построение в колонну по одному, по два, расход парами в движении, построение в круг, движение по кругу, по диагонали);
- самостоятельное исполнение комплекса партерной гимнастики;
- самостоятельное исполнение упражнений по диагонали, по прямой и в кругу (подбивной шаг, подскоки, переменный шаг, сценический бег);
- прыжки на середине по 6 и 1 позициям;
- sauté по 1-й позиции лицом к станку за две руки.

### **Критерии оценки**

**Минимальный уровень (1 — 4 балла)** — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не выполняет комплекс партерной гимнастики, не может

выполнить простейшие ритмические рисунки, не точно исполняет танцевальные элементы.

**Средний уровень** (5 – 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, выполняет комплекс партерной гимнастики, танцевальные элементы, но допускает не точности.

**Максимальный уровень** (9 – 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала и практических навыков, умений данного этапа обучения. Откликается на динамические оттенки в музыке, красиво и правильно исполняет танцевальные элементы, дает характеристику музыкальным произведениям.

### **Итоговая аттестация**

**Цель:** выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

#### **Задачи:**

- Определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами второго года обучения;
- Выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- Определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- Анализ полноты реализации программы второго года обучения.

**Срок проведения:** вторая половина мая.

**Форма проведения:** контрольный урок.

### **Содержание**

#### **Теоретическая часть:**

- знание терминологии и правила исполнения движений: *battement tendu* по 1 позиции у станка, *demi plié* по 1 позиции у станка и на середине;
- комплекс партерной гимнастики.
- сценический бег, галоп, подбивной шаг, подскоки.
- танцевальные комбинации.
- правила исполнения движений в паре.
- правила исполнения танцевальных элементов.
- динамические оттенки в музыке.

#### **Практическая часть:**

- самостоятельное выполнение комплекса партерной гимнастики;
- самостоятельное выполнение *battement tendu* по 1-й позиции у станка, *relevé* по 1 позиции лицом к станку, *por de bras* лицом к станку из 1-й позиции;
- прыжки по 1-й, 6-й позиции на середине;
- самостоятельное выполнение *demi plié* по 1 позиции у станка и на середине;
- сценический бег, галоп, подбивной шаг, подскоки;
- исполнение танцевальных комбинаций;
- начало и конец музыкального вступления;
  
- названия танцевальных элементов и движений;

- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- упражнения на ориентировку в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнение движения в парах, в группах.

### **Критерии оценки**

**Минимальный уровень** (1 – 4 балла) — обучающейся овладел менее ½ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Не может исполнить основные элементы и ритмические комбинации, плохо ориентируется в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.

**Средний уровень** (5 – 8 баллов) — обучающейся овладел не менее ½ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Правильно исполняет основные элементы и ритмические комбинации, но иногда требуется помощь педагога, выразительно двигается под музыку, ориентируется в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.

**Максимальный уровень** (9 – 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Правильно исполняет основные элементы и ритмические комбинации, выразительно двигается под музыку, ориентируется в пространстве на основе круговых и линейных рисунков. Исполняет движения в парах, в группах.

### **Перечень учебно-методического обеспечения**

Для реализации данной программы имеются методические, наглядные, дидактические пособия, раздаточные материалы.

#### Методические материалы:

- Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности;
- литература по ритмике, пластике, танцу;
- словари терминов;
- описание техники безопасности.

#### Дидактические материалы:

- иллюстрации; наглядные демонстрационные пособия
- фотографии;
- видео – аудиозаписи;
- фонограммы, CD, DVD диски, кассеты.

#### Материальные средства:

- Хореографический класс с зеркальным оформлением стен.
- Аппаратура для озвучивания занятий: музыкальный центр; компьютер с колонками.
- Медиапроектор; экран.
- Фортепиано.

-Резиновые мячи среднего размера, гимнастические палки, спортивные ленты.

-Коврики.

### Список литературы:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
2. Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем. – М.: Советский композитор, 1984.
3. Бекина С., Ломова Т., Соковина Е. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
4. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
5. Ерохина О.В Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на – Дону «Феникс» 2003г.
6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991.
7. Метлов Н., Михайлова Л. Мы играем и поем: Музыкальные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Советский композитор, 1979.
8. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
9. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. М., 1997.
10. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» -М.: Просвещение, 2009
11. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М., 2006
12. Руднева С.Д. , Фиш Э.М. Ритмика и музыкальное движение.-М, 1972
13. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1989.
14. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
15. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». -М., 2008

### **Интернет-ресурсы**

Российский общеобразовательный портал	<a href="http://www.school.edu.ru/default.asp">http://www.school.edu.ru/default.asp</a>
Федеральный портал «Российское образование»	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a>
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	<a href="http://www.km.ru/">http://www.km.ru/</a>
Образовательный портал «Учеба»	<a href="http://www.uroki.ru/">http://www.uroki.ru/</a>

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	<a href="http://festival.1september.ru/">http://festival.1september.ru/</a>
Сетевое взаимодействие школ	<a href="http://www.school-net.ru/">http://www.school-net.ru/</a>
Справочно-информационный портал дополнительного образования детей	<a href="http://www.kidsworld.ru/">http://www.kidsworld.ru/</a>
Олимпиады для школьников	<a href="http://www.olimpiada.ru/">http://www.olimpiada.ru/</a>
Великие танцоры	<a href="http://balletomania.ru/">http://balletomania.ru/</a>
Все о хореографии	<a href="http://diarydance.com/">http://diarydance.com/</a>
Про балет	<a href="http://probalet.info/">http://probalet.info/</a>
Фотогалерея балерин	<a href="http://ballerinagallery.com/">http://ballerinagallery.com/</a>
Все для Хореографов и Танцоров, Методические пособия, Программы	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
Балетная и танцевальная музыка	<a href="http://balletmusic.ru/">http://balletmusic.ru/</a>
О русском балете	<a href="http://www.balletbase.com/">http://www.balletbase.com/</a>

### *1. Комплекс упражнений для разминки:*

Проводится на каждом уроке в виде “статистического танца” в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям.

Задача – развитие координации, памяти и внимания, умения “читать” движения, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

#### **Примерные упражнения:**

- наклоны головы вправо, влево, вперед, назад, круговые движения;
- вытягивание шеи вперед из стороны в сторону;
- подъем и опускание плеч (поочередно правого, левого и синхронно обоих);
- круговое движение плечами вперед и назад поочередно правого и левого;
- наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево;
- повороты корпуса вправо, влево, круговые движения;
- движения рук «волна»;
- подъем рук через стороны вверх и опускание вниз;
- то же, с вращением кистей в одну и в другую сторону;
- подъем рук через плечи вверх, вниз, вправо, влево;
- работа бедер вправо, влево, круг, «восьмерка», повороты;
- пружинка на месте по VI позиции;
- перенос веса тела с одной ноги на другую;
- упражнения на развороты стоп из VI позиции в I (полуповоротную) поочередно правой и левой, затем одновременно двух стоп;

### *II. Комплекс упражнений для партнерной гимнастики:*

1. «АЛЕНУШКА». Встать на колени, руки поставить на пояс. Сесть вправо на пол, вернуться в исходное положение. То же в другую сторону.
2. «ВАНЬКА-ВСТАНЬКА». Встать на колени, носки врозь, руки на поясе. Сесть на пол между стопами. Вернуться в исходное положение.
3. «ЗАМОЧЕК НА ЛОПАТКАХ». Согнуть одну руку локтем вверх, а другую - локтем вниз, предплечья за головой и за спиной. Соединить пальцы рук.
4. «КУЛЕЧЕК». Поднять согнутые в локтях руки и скрестить предплечья над головой так, чтоб пальцы были направлены к лопаткам. Кончики пальцев должны касаться лопаток.
5. «КУЛЕЧЕК ПО ОДНОЙ РУКЕ». Левую руку согнуть локтем вверх так, чтобы пальцы касались лопатки. Надавливать правой рукой на локоть левой (очень осторожно), стараясь опустить ладонь ниже. То же другой рукой.
6. «ЛОШАДКА». В положении полулежа на спине с опорой на локти согнуть одну ногу коленом вовнутрь так, чтобы голень была перпендикулярна

выпрямленной ноге. Таз должен быть неподвижным, а колено согнутой ноги почти касаться пола.

7. «ПРУЖИНКА». Положить правую руку на левое плечо, левой взяться за правый локоть; надавливая НЕ него, стараться продвинуть локоть к левому плечу. То же в другую сторону.

8. «ПРУЖИНКА СЗАДИ». Держа руки за спиной, положить кисть одной руки на локоть другой. То же другой рукой.

9. «РОГАТКА». Держа руки перед собой, отогнуть вверх пальцы одной руки с помощью другой. То же поменяв положение рук.

10. «КОШКА ТЯНЕТ ЛАПКИ». Стоя на коленях с опорой на руки кистями к себе, стараться сесть на пятки отклоняя руки от вертикали. Ладони от пола не отрывать.

11. «КОРЗИНОЧКА». Лежа на животе, согнуть руки назад, дотянуться до согнутых ног и взяться за стопы.

12. «НАЕЗДНИК». Лечь на живот так, чтобы грудная клетка касалась пола. Поднять плечи вверх и назад ладони сложить на затылке.

*Примечание:* лучше это упражнение выполнять по парам - первый ребенок придерживает грудную клетку} второму на полу, а второй максимально поднимает плечи назад.

13. «ЛЕСЕНКА». Лежа на спине, развернуть ноги выворотом. Медленно поднимать то одну, то другую ногу, обе ноги вверх, то, вытягивая, то, сокращая их в 1 позицию.

14. «УГОЛОК». Лечь на спину, вытянуть ноги, руки положить вдоль тела ладонями вниз. Одновременно поднять корпус и вытянутые ноги (образовать угол). Руки для равновесия поднять и раскрыть t стороны.

15. «ГОРКА». Лечь на спину, руки вытянуть вдоль тела. Поставить ноги на пол за головой, вернуться в исходное положение.

16. «ЧАСИКИ СИДЯ». Сесть на пол, ноги как можно шире развести врозь, руки за голову. Наклониться в сторону, стараясь коснуться локтем до пола за коленом. То же в другую сторону.

17. «ЧАСИКИ ЛЕЖА». Лечь на спину, руки вверх. Положить руки за голову и прогнуться вправо. То же в другую сторону.

18. «ВЕЛОСИПЕД». Сесть на пол с опорой на руки. Поочередно сгибать ноги как при езде на велосипеде.

19. «ЛЯГУШКА». Сесть на пол, ноги согнуть в коленях, бедра отвести назад в стороны, стопы соединить подошвенной частью. Опираясь руками на колени, опустить их как можно ниже к полу.

20. «ГРУППИРОВКА». Лечь на спину, руки вверх. Согнуть ноги, прижать колени руками к груди.

21. «ЛЮДОЧКА». Лечь на живот, руки вытянуть вперед, ноги вместе. Поднять вытянутые ноги назад над полом, прогнуться, руки вверх и вперед. Удерживать это положение некоторое время.

22. «КОШКА-СОБАКА». Принять упор на коленях. Прогнуть спину, голову поднять до предела вверх. Затем спину выгнуть, голову опустить вниз.

23. «КОЛЕЧКО». Лечь на живот. Упираясь на руки, прогнуть спину назад. Согнув ноги в коленях коснуться ими головы.

### ***III. Варианты используемых игр, игровых этюдов:***

#### **1 год обучения:**

Со словами:

«**Дракончики**». Педагог: Но сначала нам нужно в них превратиться, и запомните, что наши дракончики добрые. Давайте встанем в кружок, закроем глазки, почувствуем тепло наших рук, переходящее друг от друга, и мысленно пожелаем друг другу добра. Теперь я произнесу волшебные слова, и мы все превратимся в маленьких веселых дракончиков.

«Бом-бом,  
Брысь-брысь,  
Вокруг себя повернись,  
В дракончика превратись».

Наши дракончики особенные и поэтому приветствовать друг друга они будут по-особому. Для этого поставьте ноги как я, руки чуть отвели в сторону и наклоняемся вперед, приветствуя друг друга.

«**По ровненькой дорожке**».

Педагог: Сейчас мы пойдем гулять. Будут наши ножки шагать дружно по дорожкам. Шагаем в ритме стихотворения:

«По ровненькой дорожке  
шагают наши ножки  
топ-топ-топ.

Шагали наши ножки,  
Устали наши ножки,  
Устали, отдыхают, стоп!

Дети на слово «Стоп» останавливаются.

«**Гусли - самогуды**» (релаксационно - танцевальный комплекс)

1. Педагог читает текст. Дети стоят свободно.

В сказочном дворце  
На высоком крыльце  
Звучит грозный указ,  
Добрым молодцам наказ:  
« Кто сумеет станцевать  
так, как гусли нам велят,  
Тот и будет помогать,  
Нашим царством управлять.

Гусли-гусли самогуды  
Распевают песни всюду.  
Раз готовы вы, друзья,  
Танцевать нам всем пора.

2. звучит ритмичная музыка. Педагог читает текст, Дети стоят  
«**танцуют» мышцы плеч и рук.**



Вот и музыка звучит.  
А народ все ждет, стоит.  
Ой, пустились плечи в пляс.  
Веселей, еще хоть раз!  
Пальцы, локти скачут вместе,  
А народ стоит на месте.  
Пляска стала затухать,  
Тише музыка играть  
**«танцуют» мышцы ног.**  
Ноги стали просыпаться,  
Просыпаться, подниматься!  
Пятки, пальцы и колени  
Заплясали, как хотели.  
Как им весело плясать!  
Только стали уставать.  
**«танцуют» мышцы живота.**  
Рад живот поупражняться,  
Научился напрягаться.  
Вдох и выдох, покрутись.  
Лежебока, эй, проснись!  
**«танцуют» мышцы плеч.**  
Вот поднялись наши плечи.  
Выше, выше, резче, резче.  
Стали плечи затихать,  
Затихать и засыпать.  
**«танцуют» мышцы лица.**  
Щеки, носик в пляс пошли.  
Брови нежно подними,  
Губы вытянулись в трубку,  
Потанцуй еще минутку!

*Без слов:*

**Игра «Скорости».** Исходное положение детей: в рассыпную по всему классу. Перемещаться по классу нужно свободно, не наталкиваясь друг на друга. Используется любая ритмичная музыка.

Педагог: сейчас мы с вами будем передвигаться по классу, двигаться вы можете в произвольном порядке но, только внимательно слушая мой счет, а он будет меняться по скорости, и на каждый счет вы делаете шаг. (Педагог просчитывает музыку в различном ритме). Как вариант, можно прохлопать.

**«Веселая зарядка».** Дети стоят свободно, в рассыпную по всему классу. Исполняются упражнение под веселую, энергичную музыку.

Педагог: встали свободно, закрыли глаза. И сейчас начинает двигаться правое плечо, к нему присоединяется голова. Теперь добавили левое плечо. А сейчас присоединились руки и двигаются вместе с головой и плечами, а тут уже присоединились бедра и ноги и вот уже двигается все тело. Остановились ноги, затем встали бедра. Остановились руки, плечи голова остановилось все

тело, Стоп! (Возможны различные варианты движений на усмотрение педагога)

**«Ладони»** Ставим детей в круг, лицом к центру. Звучит мелодия, все хлопают в ладоши в ритм музыки. Затем задание усложняется – каждый ребенок по очереди делает по 4 хлопка под музыку.

**«Аплодисменты»** Одна из самых простых музыкальных игр – на запоминание прохлопанного ритма. Возможны несколько участников и ведущих. Первый из участников придумывает простейший ритм и прохлопывает его в ладоши. Следующий должен точно, без ошибки его повторить и придумать следующий ритм, который передается таким же образом дальше. И так по кругу.

**«Играем в превращения»** Игра на развитие воображения. Детям задают вопрос: как они относятся к превращениям? Вряд ли найдется хоть один ребенок, который не мечтает стать сказочным волшебником и счастливым обладателем волшебной палочки. Взрослый говорит о том, что вполне можно обойтись и без магических предметов, достаточно иметь богатое воображение. Он просит детей попытаться «включить» свою фантазию: «Пусть каждый из вас представит, что он сейчас не Петя или Маша, а небольшой красивый мячик. Представили? Какого бы цвета вы желали быть?» Каждый ребенок мысленно подбирает цвет, то есть раскрашивает себя в любимые цвета. Звучит веселая музыка, дети выполняют свободные импровизированные движения: «катятся», «подскакивают», «подпрыгивают» и т. п. Задача игроков: войти в образ мяча, двигаться подобно ему, при этом внимательно слушать музыку и согласовывать с ней свои движения.

**«Эстафеты».** Дети делятся на 2-3 команды. Каждый участник команды выполняет упражнение, передает эстафету следующему игроку.

**«Пятнашки».** Дети делятся по парам. Один из игроков убегает, второй – догоняет. Участник, которого запятнали, выполняет упражнение (например, приседание, отжимание, выпрыгивание и т.п.). Затем игроки меняются ролями.

**«Слушай хлопки».** Все под музыку передвигаются в зале в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу аиста (стоя на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу лягушки (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

**«Канон для малышей».**

Дети стоят по кругу, лицом в центр круга. Под музыку поочередно делают следующие движения:

1-ый, на первый такт – приседает и встает.

2-ой, на второй такт хлопает в ладоши.

3-ий, на следующий такт – приседает и встает и т.д.

**«Музыкальная сказка».** Разделиться на две группы, одна из которой будет зрители другая артисты. Артистам дается тихо задание, кого они будут играть, а зрители должны узнать, кого они показывают. Слов никаких не произносим, и должно быть очень тихо.

Каждому из героев говорится, кого он играет, и дети начинают показывать под музыку.

**«Совушка».** Выбирается водящий – это «совушка». С началом музыки «совушка» засыпает («застывает» на месте), а все остальные дети «просыпаются» - начинают двигаться в соответствии с характером музыки. Как только музыка прекращается, «совушка» просыпается, а все дети «застывают». «Совушка» ходит между детьми и выбирает того, кто пошевелился. Этот ребенок и становится водящим, все повторяется сначала, даже если водящий не поменялся.

**«Лошадки и люди».** Когда звучит быстрая музыка, дети должны исполнять бег с высоким поднятием колена, изображая лошадок. Когда звучит медленная музыка, дети должны исполнять плавный пружинящий шаг с носка, изображая людей. Темп музыки меняется 3-4 раза за игру.

**«Пробуждение»** Цель проведения – успокоить детей, релаксация.

Дети сидят на ковриках в удобной для них позе. Педагог подходит к любому и касается его плеча. Кого коснулись, «просыпается» (потягивается, открывая глаза). Проснувшись, будит другого, и т.д. Все это упражнение выполняется в тишине.

Как вариант, педагог сам «будит» всех

## **2 год обучения:**

**«Скульптор».** Для проведения этого упражнения нужно чтобы все встали в пары, лицом друг к другу. И договорились между собой, кто будет № 1, а кто №2. Вот сейчас № 1 будет – скульптором, а № 2 –глиной. Скульптор будет лепить из глины – волка. Выполняем. А сейчас меняемся ролями № 2 –будет скульптором, а № 1 – глиной. И скульптор будет лепить зайца.

**«Канон».** Если этот вариант «Канона» сложен для группы, можно использовать «Канон для малышей» 1 года обучения.

Дети выстраиваются в 4 линии и запоминают «канон» - 4 движения, каждое из которых исполняется в течение одного такта (например, марш на месте, приседание, хлопки, прыжки). После запоминания «канона» и репетиции его исполнения под музыку начинается собственно игра: первая линия делает «канон», начиная с первого такта, вторая начинает со второго, третья - с третьего, четвертая - с четвертого. Поскольку движения не повторяются, то после вступления всех линий в игру каждая из линий выполняет в одно время разные элементы канона. Задача участников - не ошибиться. По мере усвоения игры, меняются линии, музыка, движения.

**Этюд «Танец пяти движений».**

Дети встают в рассыпную так, чтобы не мешать друг другу. Во время выполнения упражнения можно свободно продвигаться по всему классу, не наталкиваясь.

**Педагог:** Покажите, пожалуйста, как течет вода. Движения текучие, округлые, мягкие, переходящие одно в другое. А теперь на пути нам встретилась густая чаша. Надо через нее перейти. Движения резкие, сильные, четкие, рубящие. Мы устали пробираться через чашу и похожи на сломанную куклу. Движения

самые разные, встряхивающие, незаконченные, ломанные. К нам на помощь летят бабочки. Наши движения тонкие, изящные, нежные, плавные. А теперь вы успокоились. Стоим без движений. Все тело мягкое, расслабленное. Слушаем свое тело. Какое оно послушное, гибкое, как ему хорошо после того, как каждая мышца подвигалась. Теперь мы бодрые, веселые.

**«Звуки» (детский смех, плач).** Все стоят на своих местах. Предлагаются в записи определенные звуки, которые нужно передать через свои эмоции, внутренние ощущения, мимику жесты, движения. При этом вслух ничего не произносится.

**«Машинки».** Все встают парами, друг за другом. Тот, кто стоит впереди - машинка, а тот, кто стоит за ним - водитель. «Машина» закрывает глаза. А водитель ведет машину. Если он кладет руку на правое плечо, то машина поворачивает на право. Если на левое плечо, то налево. Если берет за талию, то машина едет вперед, а если за голову, то машина едет назад. А когда водитель постукивает по лопаткам, то машина стоит.

**«Танцы в паре» (под быструю и медленную мелодии).** Все стоят в парах. Договоритесь в паре, кто будет № 1, а кто №2.

Под мелодию тот, кто № 1 – будет ведущим, а тот, кто № « - ведомым и он будет двигаться с закрытыми глазами. Затем меняемся ролями.

**Этюд « Тень».** Встали парами, один - тень. Двое идут по «дороге» под музыку: один впереди, а другой на 2-3 шага сзади. Второй, это «тень» первого. «Тень» должна повторять точно все движения первого.

**«Зеркало».** Цель игры: развитие навыка "зеркального" выполнения движений, развитие координации движений, развитие умения двигаться в соответствии с характером музыки; развитие творческого воображения. Дети выстраиваются в 2 линии, одна линия изображает зеркало, другая - людей, которые к этому «зеркалу» подходят. С началом музыки, характер которой периодически меняется, люди начинают движение (каждый перед своим "зеркалом"). Задача "зеркала" - все зеркально и музыкально повторить. Затем линии меняются ролями.

**«Правая-левая».** Цель игры: развитие координации движений, развитие навыка движений в соответствии с ритмом музыки, развитие музыкального слуха. Дети становятся в круг, на расстоянии вытянутой руки, лицом к центру круга. Педагогом выбирается ведущий. Звучит умеренная музыка размером 2/4. Ведущий протягивает правую руку ладонью вверх своему соседу справа, припевая при этом: «Пра-ва-я». Сосед протягивает свою левую руку ладонью вниз, кладет ее на руку ведущего, припевая: «Ле-ва-я». Теперь ведущим становится он. Все повторяется до тех пор, пока руки всех играющих не сомкнутся.

**«Узнай животное».** Цель игры: развитие умения определять характер музыки по вступлению, формирование навыка начинать движения после вступления; формирование навыка самостоятельно двигаться по кругу, соблюдая интервалы. Дети становятся в круг. Звучит музыка. По вступлению дети определяют, характеру какого животного соответствует исполняемая музыка (педагогом и концертмейстером должно быть подобрано 6-8 характерных,

легко узнаваемых мелодий: медведь, заяц, лиса, бабочка, лошадка, лягушка, цапля и т.д.) После вступления дети начинают двигаться по кругу, изображая угаданное животное. После того, как дети запоминают, как двигаться под ту или иную мелодию, порядок мелодий меняется, каждый раз он новый.

**«Поймай улыбку».** Под ритмичную музыку (4/4) все дети стоят в кругу с серьезными лицами, кроме ведущего - у него на лице улыбка. На счет «раз» ведущий «снимает» улыбку в кулачок, на счет «два» - «кидает» любому играющему, на «три»- тот ее «ловит» в кулачок, на «четыре» - надевает на лицо и становится ведущим. Далее игра продолжается со счета «раз». По мере освоения игры темп музыки увеличивается.

**«Не нарушай границу».** Звучит ритмичная музыка (марш). Дети должны двигаться, не останавливаясь по любому пути, но не нарушать при этом границу игровой площадки, которую устанавливает педагог. Начинается игра на территории всего класса, которая потом сужается педагогом, затем расширяется и т.д. (главное, чтобы дети поняли, что там, где стоит педагог, проходит невидимая линия - граница, за которую нельзя заступать). Нарушителей границы и столкнувшихся игроков отправляют посидеть на стул, но не надолго.

**«Поворот».** Звучит ритмичная музыка (марш). Дети идут по кругу, держась за руки по команде ведущего «Поворот» останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала. Выполнивший задание неправильно, выходит из игры. По мере освоения игры, темп музыки увеличивается.

**«Лавата».** Дети встают в круг, первоначально роль ведущего выполняет учитель, потом ведущим становится любой воспитанник. Все хором под соответствующий аккомпанемент поют первые две строчки куплета (они остаются неизменными)... Когда дети поют третью строчку куплета «Мои ручки хороши», ведущий вытягивает вперед руки. Дети должны повторить его движение. На четвертую строчку «А у соседа лучше» каждый ребенок должен дотронуться правой рукой до руки соседа справа, а левой - до руки соседа слева. Таким образом, круг замыкается, и дети в таком положении идут по кругу под припев. Третья строка второго куплета «Мои плечи хороши...», третьего куплета - «Мои колени хороши...», четвертого куплета «Мои пятки хороши...» и т.д. То есть третья строка каждого куплета называет ту часть тела, которую дети должны показать на себе. А на четвертой строке ребенок должен взяться за плечо, коленку, пятку и т.д. соседа и пройти в таком положении круг под припев. Части тела могут называться в произвольном порядке.

**«Построим фигуру».** Дети двигаются в произвольном направлении под спокойную музыку. Педагог объявляет название фигуры (например: круг, квадрат, треугольник, линия, колонка, диагональ и т.д.). Начинает звучать ритмичная, известная детям музыкальная фраза (16 тактов). За время ее звучания дети должны построиться в объявленную фигуру. Причем сделать это молча. На первых этапах освоения игры дети могут пользоваться невербальным общением (мимикой, жестами и т.д.). По мере усвоения игры

запрещаются все виды контактов между детьми, кроме визуального; уменьшается длительность музыкальной фразы.

**«Создаем характеры».** Дети встают в круг. Звучит музыка. По вступлению дети определяют, характеру какого героя соответствует исполняемая музыка (педагогом должно быть подобрано несколько характерных мелодий, выражающих различные чувства: радость, злость, испуг; указывающих на конкретных героев: принца, доброго волшебника, злого волшебника, шпиона, старичка и т.п.). После вступления дети начинают двигаться по кругу, изображая узнаваемый характер или чувство. После того, как дети запоминают, как двигаться под ту или иную мелодию, порядок мелодий меняется, каждый раз он разный.